

Hubungan Tingkat Resiliensi dan Tingkat Depresi di SMA Pangudi Luhur Van Lith Berasrama Muntilan Tahun 2018

Maria Sekartaji¹, Andrian Fajar Kusumadewi², Sumarni²

¹Mahasiswa S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

²Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada Yogyakarta / RSUP dr. Sardjito

INTISARI

Latar Belakang: Lingkungan sekolah yang baik, termasuk diantaranya teman sepermainan dan mentor merupakan beberapa faktor yang mempromosikan resiliensi (ketegaran). Di sekolah asrama, perubahan lingkungan tempat tinggal yang dialami siswa yang meninggalkan rumahnya untuk tinggal di asrama dapat menimbulkan stres, terutama pada masa peralihan dan penyesuaian dengan norma dan aturan tempat tinggal yang baru. Ditambah dengan tuntutan akademis yang meningkat seiring kenaikan jenjang pendidikan, tekanan yang muncul pada periode adaptasi ini menjadi faktor risiko yang dapat memicu depresi pada siswa, sehingga justru dapat menurunkan performa belajar dan mengganggu kehidupan sosial siswa.

Tujuan: Mengetahui adanya hubungan antara tingkat resiliensi dan tingkat depresi pada siswa sekolah menengah atas berasrama.

Metode: Penelitian ini dilakukan secara observasional analitik dan menggunakan rancangan studi potong lintang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner untuk pengambilan data menggunakan *Resilience Scale-14* ($\alpha = 0,839$), *Beck Depression Inventory* ($\alpha = 0,874$), dan *Student-life Stress Inventory* modifikasi ($\alpha = 0,929$). Skor resiliensi dan skor depresi diuji menggunakan korelasi Pearson yang bermakna pada $p < 0,05$, dan skor yang sudah dikategorikan diuji menggunakan Somer's Delta bermakna pada $p < 0,05$

Hasil: Dari 244 siswa berusia 15-18 tahun ($M = 15,98 \pm 1,05$), sebanyak 73,7% siswa memiliki resiliensi sedang hingga sangat tinggi ($M = 69,17 \pm 10,56$) dan 28,7% siswa mengalami depresi ringan, 15,6% depresi sedang, dan 6,1% depresi berat ($M = 14,25 \pm 8,33$). Terdapat korelasi yang signifikan pada skor resiliensi dan skor depresi dengan $r = -0,383$ pada $p = 0,000$. Terdapat korelasi yang signifikan pada skor depresi sebagai variabel terikat dengan $d = -0,237$ pada $p = 0,000$.

Simpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat resiliensi dan tingkat depresi pada penelitian ini. Hubungan memiliki kekuatan cukup yang sifatnya berbanding terbalik. Semakin tinggi tingkat resiliensi, semakin rendah tingkat depresi.

Kata Kunci: remaja, kesehatan mental, depresi, resiliensi, ketegaran, pelajar, SMA, asrama, sekolah berasrama, psikologi positif

The Association Between Resilience and Depression in Pangudi Luhur Van Lith Senior High Boarding School Muntilan 2018

Maria Sekartaji¹, Andrian Fajar Kusumadewi², Sumarni²

¹Student of Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

²Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta/RSUP dr. Sardjito

ABSTRACT

Background: A good school and learning environment, including peers and mentors are few of factors that promotes resilience. In boarding school, students have to leave and move out from home to reside in dormitory and could cause stress, moreover in transition phase and adjusting to new norm and custom in the new space. Add academic demands which increase as one move to higher school, this pressure and stress on that adaptation period on the contrary, became risk factors that could cause depression in students, decreasing academic performance and disabling students social life.

Objective: To observe the association between resilience and depression on high school students with boarding system.

Method: Experiment is done with observational analytic design with cross sectional approach, using questionnaire. Instrument used are Resilience Scale-14 ($\alpha = .839$), Beck Depression Inventory ($\alpha = .874$), and modified Student-life Stress Inventory ($\alpha = .929$). Resilience score and depression score are analyzed using Pearson correlation at $p < .05$, and categorized score are analyzed using cross tabulation with Somers' Delta at $p < .05$

Results: From 244 students ranging from age 15 to 18 years ($M = 15,98 \pm 1,05$), there are 73,7% students with moderate to very high resilience ($M = 69,17 \pm 10,56$), 28,7% students with mild depression, 15,6% with moderate depression, and 6,1% with severe depression ($M = 14,25 \pm 8,33$). Pearson correlation significant with $r = -.383$ on $p = .000$. Somers' D analysis on categorized score is significant on depression dependent with $d = -.237$ on $p = .000$.

Conclusion: There is a significant moderate correlation between depression and resilience, in which resilience correlate negatively to depression.

Keyword: adolescent, adolescence, mental health, depression, resilience, students, secondary school, high school, dormitory, boarding school, positive psychology